



# Cardápio Semanal

## Escola Municipal Prof. Flávio Sarrão

### Cruzeiro do Sul - PR

Ref. 02/2023 - 20% das necessidades DIÁRIAS.

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
Arroz, Feijão Ovos Mexidos Cenoura e repolho	Arroz Feijão Carne ao molho Salada de Alface	Arroz Feijão Frango ao molho Suco	Macarrão com carne moída Maçã	Arroz Feijão Picadinho de carne com legumes
<b>Energia:</b> 329,56 kcal	<b>Energia:</b> 329,74 kcal	<b>Energia:</b> 329,15 kcal	<b>Energia:</b> 329,69 kcal	<b>Energia:</b> 329,80 kcal
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	329,58	54	16	4,4
Média Semanal 11-15 e EJA	473,97	83	21	5

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
RECESSO DE CARNAVAL	RECESSO DE CARNAVAL	RECESSO DE CARNAVAL	Arroz Feijão Frango ao molho Banana	Arroz Feijão Filé de Tilápia ao molho com batata
<b>Energia:</b> 329,56 kcal	<b>Energia:</b> 329,28 kcal	<b>Energia:</b> 329,69 kcal	<b>Energia:</b> 329,13 kcal	<b>Energia:</b> 329,23 kcal
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	329,37	55	15	5
Média Semanal 11-15 e EJA	473,48	83	20	6

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
-Arroz -Feijão -ovos cozidos -salada de repolho com tomate	-Arroz -Feijão -carne bovina em tirinhas -salada de alface com tomate	-Arroz -Feijão -carne de porco -legumes cozidos -suco de laranja	-Arroz, -Feijão -linguiça assada -salada de repolho com tomate	-Macarronada com carne moída -melancia
			<b>Energia:</b> 329,56 kcal	<b>Energia:</b> 329,74 kcal
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	329,65	55	17	4
Média Semanal 11-15 e EJA	473,31	85	21	5

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	
-Arroz, -Feijão, -Omelete com legumes -suco de laranja	-Arroz -Feijão -carne de porco -legumes cozido	Arroz Feijão Linguiça Assada Salada de repolho com tomate	-Arroz -feijão -carne bovina em tirinhas -salada de alface	
<b>Energia:</b> 329,56 kcal	<b>Energia:</b> 329,69 kcal	<b>Energia:</b> 329,69 kcal	<b>Energia:</b> 329,28 kcal	<b>Energia:</b> 329,15 kcal
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	329,47	55	15	5
Média Semanal 11-15 e EJA	473,48	83	20	6

Bg:c

  
 Marcia A. de Oliveira Silva Pasim  
 CRN 8 581



**Cardápio sujeito a alterações!!!**